●クッキングプレート
●プレートハンドル
ワイドグリル用
クッキングプレート
使いこなし
BOOK
●グリルを安全に正しくお使いいただくために、機器に付属の取扱説明書をお読みください。
●このクッキングプレートを使用できない機器もあります。詳しくは、機器をお買い上げの販売店、
または当社事業所へご相談ください。

# もくじ

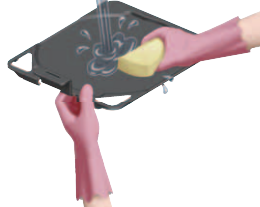


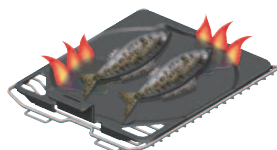
※一部の機種のみ対応しています。
詳しくは、取扱説明書の「メニューモード」「あたためモード」をご覧ください。

調理時間の目安は、グリルの使用時間です。
下準備などは含まれておりません。

# 安全上のご注意（必ずお守りください）

■**グリルを続けて使用する場合は、そのつどグリル皿やクッキングプレートにたまった脂などは取り除く。また、使用後も必ずお手入れをする**

グリル皿やクッキングプレートにたまった脂が過熱されて発火し、グリル排気口より炎が出ることがあります。グリル皿には何も入れないでください。

■**クッキングプレートの上で、魚焼きや油ものの調理をしない**

脂がたまり、発火する原因になります。

■**クッキングプレートを取り出すときは、付属のプレートハンドル以外は使用しない**

使用中、使用直後は高温になっていますので、やけどをする原因になります。必ず付属のプレートハンドルを使って取り出してください。

■**調理時は焼き過ぎない**

火災の原因になります。

■**クッキングプレートをコンロ上で使用しない**

変形・変色・機器故障の原因になります。
グリル専用ですので、コンロでは使用しないでください。

■**熱い状態で水をかけない**

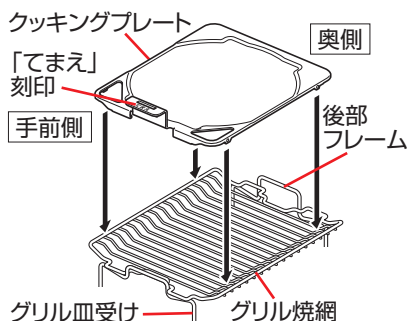
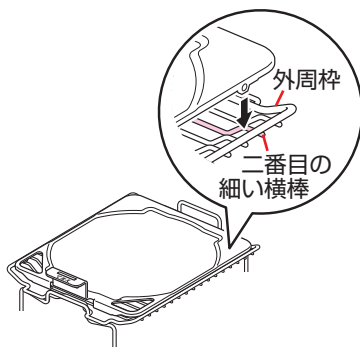
変形・変色の原因になります。

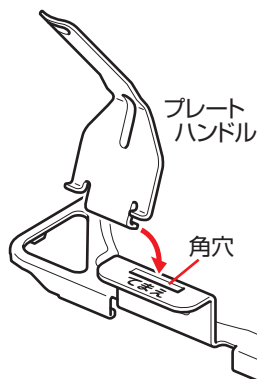
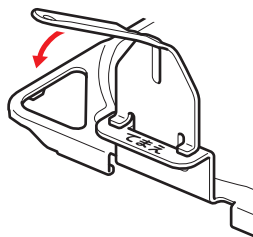
**お願い**

- ●調理時間は形・量・大きさ・初期温度・室温などによって多少異なります。記載の調理時間は目安です。
- ●グリル庫内が熱い場合は冷ましてからご使用いただくか、記載時間より1分程度短く設定してください。
- ●クッキングプレートを連続して使用する場合は、5分程度間をあけてください。
  調理完了する前に過熱防止装置がはたらいて、自動消火することがあります。
- ●クッキングプレートが熱い状態で調理すると、焼き色が濃く付く場合があります。

# クッキングプレートの使いかた

## 取り付けかた

**1** クッキングプレートの「てまえ」と刻印されている方を手前にして、後部をグリル皿受けの後部フレームに当てて、中央に取り付けます。

**2** クッキングプレートのツメが、グリル焼網の棒の間にはまるように取り付けます。

## 取り出しかた

**1** プレートハンドルのツメをクッキングプレートの角穴に差し込みます。

**2** プレートハンドルを水平に倒し、確実に入っていることを確認して、クッキングプレートを取り出します。

## お手入れのしかた

- 汚れたらそのつど、きれいにお手入れをしてください。
- クッキングプレートが十分冷めてから、お手入れしてください。
- 台所中性洗剤を含ませた布で汚れをふき取り、乾いた布で洗剤や水気をふき取ってください。
- 汚れがこびりついたときは、つけ置きした後、洗剤で丸洗いしてください。
- クッキングプレートは、急に冷やさないでください。使用直後にクッキングプレートに水をかけると、変形・変色することがあります。冷めてからお手入れしてください。
- クッキングプレートは、アルミ製です。酸性洗剤やアルカリ性洗剤を使用すると、表面が変色・変質する場合があります。
- 食器洗い乾燥機を使用しないでください。
表面が変色や変質したり、ツヤがなくなったりする場合があります。

# トースト

調理時間の目安：5分（予熱3分を含む）

## 材料

食パン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・1～2枚

## 作りかた

1 グリル焼網にクッキングプレートを取り付け、〈上火：弱、下火：強〉で3分予熱します。

2 予熱したクッキングプレートに食パンをのせ、〈上火：弱、下火：強〉で2分焼きます。

## 置きかた

クッキングプレートの手前と奥の部分には置かないようにしてください。焼き色が付きにくい場合があります。

## POINT

●食パンの厚さが3cmを超えると焦げやすくなり、2cm未満では焼き色が付きにくくなります。
●自動で調理できる機器もあります。詳しくは、取扱説明書の「メニューモード」をご覧ください。

## お願い

●調理終了後は、クッキングプレートの上にのせたままにしないでください。余熱で裏面の焦げが強くなります。
●冷凍した食パンは焼けにくい場合があります。室温で30分程度、解凍してから焼いてください。

# ピザ

調理時間の目安:5分

## 用意するもの

アルミはく

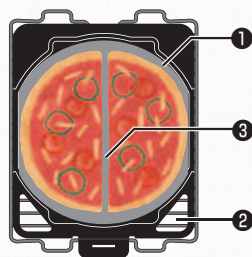
## 材料

市販の冷蔵ピザ(直径20～24cm)・・・・1枚

## 置きかた

**❶アルミはくを敷く**
アルミはくは、クッキングプレートへの焦げつきを防止します。

**❷アルミはくはクッキングプレートの隅の穴(2カ所)をふさがないように曲げる**
穴をふさぐとうまく焼けません。

**❸ピザのカット部分を合わせる**
カット部分からのチーズを溶け落ちにくくします。

## 作りかた

1 市販のピザは、2等分以上にカットします。

2 クッキングプレートにアルミはくを敷いてからピザをのせ、グリル焼網に取り付けます。

3〈上火:強、下火:強〉で5分焼きます。

## POINT

●自動で調理できる機器もあります。詳しくは、取扱説明書の「メニューモード」をご覧ください。

## お願い

●市販の冷蔵ピザは、必ず2等分以上にカットしてから、焼いてください。
ピザの種類によっては、生地がふくらみやすいものがあります。
ふくらんだ場合、ピザのチーズが上火バーナーにくっつき焦げついて、機器損傷の原因になります。
焼く前に2等分にカットすることで生地の中の空気が抜け、ふくらみを防止できます。
●ピザはカットしてからクッキングプレートにのせてください。
クッキングプレートにピザをのせてカットすると、傷つきの原因になります。
●冷凍ピザは、解凍してから焼いてください。
●直径20cm未満の小さいピザは焦げやすくなります。
〈上火:弱、下火:強〉で様子を見ながら焼いてください。
●アルミはくが熱くなっていますので、取り出すときは注意してください。

# トマトとなすのグリルピザ

調理時間の目安：7分

## 材料 | 2回分 |

【生地】（直径20～24cm）

Ⓐ
- 薄力粉 …… 100g
- 強力粉 …… 100g
- ベーキングパウダー …… 小さじ1/2
- 塩 …… 小さじ1/2
- 砂糖 …… 小さじ1/2

水 …… 100ml
オリーブオイル …… 大さじ1

【トッピング】
ピザソース（市販のもの） …… 適量
トマト …… 1/2個
なす …… 40g
バジルの葉 …… 適量
ナチュラルチーズ（ピザ用） …… 60g
オリーブオイル（塗り用） …… 適量

## 作りかた

1 大きめのボウルにⒶを合わせてふるい入れます。
中心をくぼませて水とオリーブオイルを加え、
ひとまとまりになるまでこねます。
まとまりにくい場合は、水を5ml程度、生地の様子を
見ながら加えます。耳たぶくらいのやわらかさになるまで
こねたら、生地をラップで包み、常温のまま約10分寝かせます。

2 トマトは皮をむいて種を取り除き、1.5cm角に切ります。
なすはたてに切ります。

3 クッキングプレートにオリーブオイルを薄く塗り、
1の生地を2等分したものを手で広げてのばし、クッキングプレートにのせます。

4 フォークで生地全体に穴をあけ、ピザソースを塗り、トマトとなすをのせて、
手でちぎったバジルの葉をちらし、ナチュラルチーズ（ピザ用）をのせます。

5 グリル焼網に4のクッキングプレートを取り付け、〈上火：強、下火：強〉で7分焼きます。

## 置きかた

## POINT

●手作りの生地では、加熱中にふくれることがありますので、生地全体にフォークで穴をあけておきます。
●クッキングプレートにのせたまま、ピザをカットすると傷つきの原因になります。
クッキングプレートからはずして、カットしてください。

# フルーツのグリルピザ

調理時間の目安:7分

## 材料 |2回分|

【生地】(直径20〜24cm)
※生地はトマトとなすのグリルピザと同じ。
【トッピング】
カスタードクリーム

| | |
|---|---|
| 卵黄 | 2個 |
| 牛乳 | 200ml |
| 砂糖 | 40g |
| 薄力粉 | 30g |
| 無塩バター | 10g |
| バニラエッセンス | 少々 |
| パイナップル(缶詰) | 1枚 |
| 黄桃(缶詰) | 1/2個 |
| りんご | 1/4個 |
| オリーブオイル(塗り用) | 適量 |

## 作りかた

1 カスタードクリームを作ります。
ボウルに薄力粉と砂糖を合わせてふるい入れ、
煮沸直前まで温めた牛乳を加えて混ぜます。

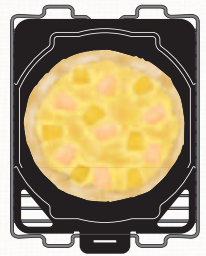
2 なべに1をこして入れ、
中火にかけながらとろみが出るまで混ぜます。

3 とろみが出たら火からおろして卵黄を加え、再び火にかけます。
プツプツと煮立つまで混ぜながら、卵黄に火を通します。

4 火を止めて無塩バターを加え、
冷めたらバニラエッセンスを加えます。

5 生地は「トマトとなすのグリルピザ」の1の要領で作ります。

6 クッキングプレートにオリーブオイルを薄く塗り、5の生地を2等分したものを手で
広げてのばし、クッキングプレートにのせます。フォークで生地全体に穴をあけ、
4のカスタードクリームを塗り、適当な大きさに切ったフルーツをのせます。

7 グリル焼網に6のクッキングプレートを取り付け、〈上火:強、下火:強〉で7分焼きます。

## 置きかた

# ピザトースト

調理時間の目安：4分

## 材料

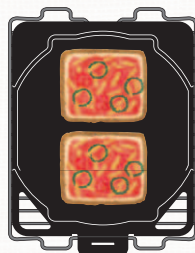
食パン……………………………… 2枚

| | |
|---|---|
| サラミ<br>ピーマン<br>トマトケチャップ<br>ピザ用チーズ | などお好みの具を |

## 作りかた

1 グリル焼網にクッキングプレートを取り付け、お好みの具をのせた食パンをのせます。

2〈上火：強、下火：強〉で4分焼きます。

## 置きかた

クッキングプレートの手前と奥の部分には置かないようにしてください。焼き色が付きにくい場合があります。

# きのこのパン粉焼き

調理時間の目安：6分

## 材料

| | | |
|---|---|---|
| | 生しいたけ | 9枚 |
| Ⓐ | パン粉 | 大さじ4 |
| | 粉チーズ | 大さじ2 |
| | にんにく（みじん切り） | 1かけ |
| | パセリ（みじん切り） | 大さじ1 |
| | バジル（乾燥） | 少々 |
| | 溶かしバター | 大さじ1 |
| | オリーブオイル | 大さじ1 |
| | 塩 | 適量 |
| | こしょう | 適量 |

## 作りかた

1 しいたけは石づきを取っておきます。

2 ボウルにⒶを入れて混ぜ合わせ、しいたけのかさの内側にのせます。

3 クッキングプレートに2を並べ、グリル焼網に取り付けます。

4〈上火：弱、下火：弱〉で6分焼きます。

## 置きかた

# プチスイートポテト

調理時間の目安：5分

## 用意するもの

直径3cmアルミケース　20個

## 材料 | 20個分 |

| | | |
|---|---|---|
| | さつまいも | 1本（約200g） |
| Ⓐ | 無塩バター | 30g |
| Ⓐ | 砂糖 | 25g |
| Ⓐ | はちみつ | 10g |
| Ⓐ | 卵黄 | 1個分 |
| Ⓐ | 生クリーム | 大さじ1･1/2 |
| Ⓐ | バニラエッセンス | 少々 |

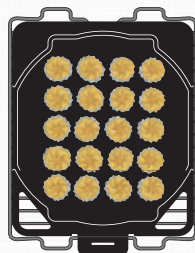
## 作りかた

1 さつまいもは蒸して皮をむき、熱いうちに裏ごしします。

2 なべにⒶと裏ごしをしたさつまいもを入れ、弱火にかけながら混ぜ合わせます。

3 2を星形の口金をつけた絞り出し袋に入れ、アルミケースに絞り出します。
1個分が12g程度になります。

4 クッキングプレートに3を並べ、グリル焼網に取り付けます。
〈上火：弱、下火：弱〉で5分焼きます。

## 置きかた

# チョコとくるみのクッキー

調理時間の目安：5分

## 用意するもの

アルミはく

## 材料 | 約30個・2回分 |

| | |
|---|---|
| 薄力粉 | 100g |
| 無塩バター | 50g |
| 砂糖 | 50g |
| 卵 | 1/2個 |
| チョコレート（板チョコ） | 50g |
| くるみ | 20g |
| バニラエッセンス | 少々 |

## 作りかた

1 卵と無塩バターは室温にもどし、
薄力粉はふるっておきます。

2 チョコレートとくるみは粗く刻んでおきます。

3 泡立て器で無塩バターをクリーム状に練り、
砂糖を2〜3回に分けて加え、白っぽくなるまでよく混ぜます。

4 **3**に卵を溶きほぐして入れ、バニラエッセンスを加えて
さらによく混ぜます。ふるった薄力粉を加え、
ゴムベラでさっくりと混ぜ、**2**を入れて軽く混ぜ合わせます。
ラップに包んで冷蔵庫で30分以上寝かせます。

5 クッキングプレートにアルミはくを敷き
**4**の生地を適当な大きさに分け、クッキングプレートに並べ、
厚さが1cm程度になるように指で押さえます。

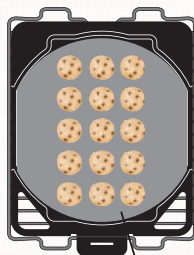
6 グリル焼網に**5**を取り付け、〈上火：強、下火：弱〉で5分焼きます。

7 焼き上がったら、すぐにクッキングプレートから取り出します。

## 置きかた

アルミはくは、クッキングプレートの隅の穴（2カ所）をふさがないように曲げる。穴をふさぐと、うまく焼けません。

### お願い

●アルミはくが熱くなっていますので、取り出すときは注意してください。

# トーストセット

調理時間の目安:3〜6分

## 材料

食パン(4、5、6、8 枚切) ・・・・・・・・・・・・・・ 1枚
お好みの食材(3種類程度)
　ウインナー(切り込み入り)・・・・・・・・・・ 2本
　チキンナゲット・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2個
　ベーコン(ハーフサイズ)・・・・・・・・・・・・ 1枚
　プチトマト(へたを取る)・・・・・・・・・・・・ 2個
　ししとう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2本
　エリンギ(10g程度にさく)・・・・・・・・・・ 2切
　しめじ(小房に分ける)・・・・・・・・・・・・・・20g
カップ調理(8号アルミケース1個分)
　┌コーン(粒状・缶詰)・・・・・・・・適量(30g)
　└バター・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 適量
　┌ツナ(缶詰)・・・・・・・・・・・・・・・・適量(20g)
　└マヨネーズ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 適量
　┌うずらの卵・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2個
　└油(カップに薄くのばす)・・・・・・・・・・ 適量

## 作りかた

1 グリル焼網にクッキングプレートを取り付け、
奥側に食パン、中央から手前に
お好みの食材を3種類程度のせます。

2 グルメメニュースイッチを押して、メニューモードを選び、
グリルセットスイッチで「トーストセット」を選び、点火します。

## 置きかた

火の通りにくい食材は、中央に置くと焼けやすくなります。

## POINT

● 食パンの厚さが3cmを超えると焦げやすくなり、2cm未満では焼き色が付きにくくなります。
● うずらの卵をカップ調理する場合、カップの底に油を敷くと、卵が付きにくくなります。
● ウインナーは火の通りを良くするため、切り込みを入れてください。

## お願い

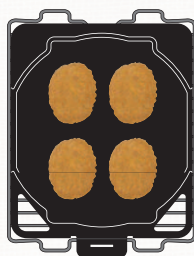
● 調理終了後は、クッキングプレートの上にのせたままにしないでください。余熱で裏面の焦げが強くなります。
● 冷凍した食パンは焼けにくいため、焼き加減は「強め」に設定してください。
また、4枚切のような分厚い冷凍食パンや、変形したり霜がついている冷凍食パンは、室温で30分程度、解凍してから焼いてください。

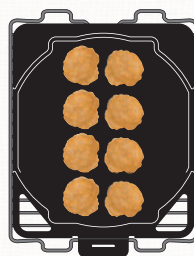
# あたため（揚げもの／焼き鳥）

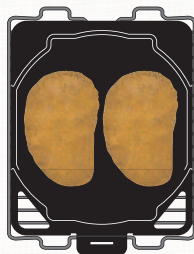
グリルで冷めた料理をあたためることができます。
下の絵を参考に食材を置いてください。上手にあたためることができます。

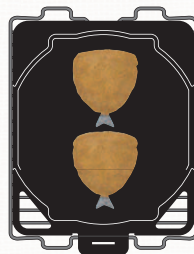
## 揚げもの

### コロッケ（4個）

**焼き加減：標準**
厚さ 2cm
重さ 80g×4個

### からあげ（8個）

**焼き加減：弱め**
厚さ 3cm
重さ 30g×8個
※皮の部分を下か、外側に向けて置いてください。

### とんかつ（2枚）

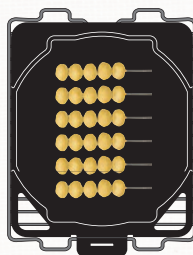
**焼き加減：強め**
厚さ 2cm
重さ 180g×2枚

### あじのフライ（2枚）

**焼き加減：弱め**
厚さ 2cm
重さ 90g×2枚

## 焼き鳥

### とりもも串（6本）

**焼き加減：強め**
重さ 40g×6本

**焼き加減：標準**
重さ 30g×6本

**焼き加減：弱め**
重さ 20g×6本

**お願い**

- 詳しくは、取扱説明書の「あたためモード」をご覧ください。